

ANTALFAI MÁRTA

# A pszichoterápia bioetikai kérdései személyiségfejlődésünk transzcendentális aspektusának tükrében\*

*„elhivatásom azt tenni, amit Isten akar,  
nem pedig azt, amit én”  
(C. G. Jung)*

Huszonöt éve foglalkozom, mint pszichológus és pszichoterapeuta lelkileg sérült, mentális és pszichés zavarokkal küzdő emberekkel.

Szakmai tevékenységemet egy elmeosztály rehabilitációs részlegén kezdtem, ami számomra Dante Poklának megelevenedése volt. Itt olyan súlyos, a saját félelmeik által üldözött emberekkel találkoztam, akiknek személyiségére a teljes szétesettség, lelki-világukra a kiüresedettség volt jellemző. Ezen tragikus sorsú emberek önmaguk árnyékai voltak, létezésük szinte csak fizikai létezés volt. Nyolc évig dolgoztam ezen a pszichiátriai osztályon, ezt követően pedig tíz éven át a VIII. kerületi ambuláns szakrendelőben; először az Idenggondozóban, majd a később létrehozott Pszichológiai Szakrendelés vezetője lettem. A hét emeletes rendelőintézet legkülönözőbb osztályairól küldték hozzám az orvosok betegeiket, észrevéve, hogy szomatikus panaszaik és tüneteik hátterében lelki problémák húzódnak.

Később nagyon sokan keresték fel a VIII. kerületi emberek önmaguktól is a pszichológiai rendelőt. Kollégáimmal, majd egyetemi hallgatókkal a betegeket az otthonukban is felkerestük. A szenvedés újabb és újabb bugyrai tárultak a szemem elé, ami vetekedett elmeosztályi élményeimmel.

Jelenleg az egyetemi oktatói munkámon kívül a Lelki Egészségvédő Alapítvány vezetője vagyok. Az alapítványi ambulanciákon szintén nagyon sok lelkileg sérült, krízis-helyzetben lévő emberrel találkozok.

## **Pszichoterápia és a századvég**

Az elmúlt évtizedek óta a lelki támaszra szorulóak száma egyre emelkedik. Köztudottan egyre jobban nő a pszichológia, pszichoterápia és határterületeinek, így az okkult és misztikus gyógymódoknak a népszerűsége. Az úgynevezett jóléti államokban a pszichológia-pszichoterápia jelentőségének fokozódása egy olyan szükségletre hívja fel a figyelmet, ami a társadalom szerkezetéből hiányzik. Egyik kollégám Pszichovitamin Bt-t nyitott. Ezt az elnevezést igen találónak tartom, mely jól kifejezi, hogy ún. hiánybetegségekkel nem csak a testünk küzd, a különböző vitaminok, nyomelemek nemcsak a testünk számára szükségesek. De hány és hány fajta

\* A Bioetikai Társaság 1998. október 7-ei ülésén elhangzott előadás

„vitamin”-ra lehet szüksége a léleknek. A léleknek, amelynek gazdagsága, érzelmi árnyalatai talán leginkább a zenéhez, költészethez, vagy a virágokhoz hasonlíthatók.

Egyik kliensem panaszai között szerepelt, hogy éhségét nem tudja csillapítani. A beszélgetések során sokszor nem könnyű a lélek mélyéről felszínre segíteni, hogy mi az ami hiányzik, mi az amire éhezünk. Aki a pszichológus ajtaján kopogtat, azt többnyire nem a test éhsége hajtja. A szenvedés-nyomás, a mi a lélekgyógyászhoz viszi korunk emberét, lelkének szenvedése. Érzelmi világunk éhezik, szomjazik, s a legtöbb, amit a pszichoterapeuta adni tud, a szerető, odafigyelő meghallgatás, együttérzés. A pszichológus segítheti eljuttatni a hozzá fordulót lelkének azon mélységeihez, ahonnan a tiszta források fakadnak. Hosszasegítheti kliensét, hogy képes legyen meghallani a mélyről jövő üzeneteket, útmutatásokat.

C. G. Jung – századunk egyik legnagyobb lélektani teoretikusa – a következő tanácsot adja a pszichoterapeutáknak: „lényegében emberi beállítódásra van szükség. Ön legyen csak ott mellette, túlságosan sok gyógyító szándék nélkül.” Paracelsus pedig úgy fogalmazott: „csakis a szeretet gyógyít”. Freud, szinte meghaladva saját iskoláját, a még ma is gyógyíthatatlan kényszerbetegségekről, akiken saját analitikus módszerével sem tudott segíteni, azt írta: „abban nem biztosak, hogy szeretik őket”.

Visszatérve Jung gondolataihoz, mely szerint a pszichoterápiás kapcsolatban „lényegében emberi beállítódásra van szükség” tulajdonképpen azt jelenti, hogy az emberi attitűd, emberi beállítódás hiányzik kapcsolatainkból. Hiszen, ha ez az emberi beállítódás működné társadalmunkban, akkor miért kellene pszichológusnál, pszichoterapeutánál keresni. Napjaink gyakorlata azt mutatja, hogy lelkünk többek között ezen emberi beállítódás hiányától is szenved. De mit is foglal magában ezen emberi beállítódás?

A technikai civilizáció szédületes fejlődése az emberek figyelmét, gondolatait, majd érzelmeit is a tárgyak világa felé irányította. A materiális javak világában élünk, még azokat is a tárgyak csillogása veszi körül, akik számára ezen tárgyak, anyagi javak elérhetetlenek.

„Ahol van a ti kincsetek, ott van a ti szívetek” – olvashatjuk a Bibliában.

Ha szívünket tárgyakba, anyagi javakba helyezzük és a racionalitás válik életünk egyedüli vezérlőjévé, akkor szívünk táját lassan egy nagy úr fogja kitölteni. „Egy szívet voltaképpen csakis egy szív táplál, vagy tesz szubsztanciává és minden más eledel vagy élvezet után a szív üres marad” – olvashatjuk Franz Xaver von Baadertól. Tovább idézném a szerző korunk számára különösen figyelmeztető sorait: „Ahogy az ember csak emberből él és eszik, hasonlóképpen az embernek csak ember lehet méreg és halál.”

Ezért, talán az emberi beállítódásnak egyik leglényegesebb eleme, hogy embertársainkra irányítsuk figyelmünket, szívünkkel, lelkünkkel a másik embert vegyük körül. Mintha a ma emberének figyelme más felé irányulna, kincseit két kézzel akarja birtokolni. Szíve, lelke kiüresedik, érzelmvilága kiszikkad, ismeretlen éhség gyötri, valami hiányzik, valami fáj, nő a feszültség, szorongás, félelem, sok klienst már orvos küld pszichológushoz, pszichoszomatikus betegségnek diagnosztizálva fájdalmát, az úrt, az éhséget, ami csillapíthatatlan.

A belső harmóniára és a teljességre való törekvés korunk emberénél birtoklási

vágyban ölt testet. Önmagunk megismerése, a belső útkeresés, lelki gazdagságunk megtalálása helyett, a külvilágot akarjuk birtokolni. Kívül keressük azt ami belül van. Az úr, amit ezáltal átélünk a külső tárgyakkal betölthetetlen, a szomjúság csillapíthatatlan. „A legnagyobb mérvű zaklatottság, idegesség, kuszaság és világnézeti útvesztés korszakában élünk – ez tág teret nyit a lelkipáztornak”, írta Jung századunk második feléről.

Tapasztalataim alapján minden pszichoterápia szimbolikus úton valamilyen hiányt pótol, ill. segíti katalizátori szerepével eljuttatni a klienst ahhoz, hogy felismerje, mi az ami hiányzik életéből. Göppert és mások pácienseiknél a képzeleti tartalmak ürességét, ún. „pszichikus úrt” észleltek. A képzeleti, képi tartalomban nyilvánul meg leginkább lelki életünk. Ahogy Jung írja: „a kép lélek”. Társadalmunk emberét a külső képek, a rázúduló külső ingerek lepik el. Az utóbbi években kezdtek elterjedni a relaxációs, meditációs technikák, az utcán járva alig kerülhetjük ki a keleti meditációs gyakorlatokat hirdető nagy plakátokat. Ezek is próbálják századvégünk emberét figyelmeztetni, hogy rossz úton jár. Az igazi út a befelé vezető út, az igazi képek a belülről érkező képek, amelyek segítségével eljuthatunk, – ahogy Jung fogalmazta: „önvalónkhoz” –, ahhoz a mélységhez, ahol a mindannyiunkban ott lévő isteni szikra lakozik.

### **Mi a pszichoterápia?**

Buda Béla a következőkben határozza meg a pszichoterápiát: „Pszichoterápia minden olyan segítő, gyógyító beavatkozás, amely emberi kölcsönhatás, interakció révén próbál változást létrehozni az élmények átélésének és feldolgozásának módjában valamint a magatartásban”.

A változáson itt nem az értendő, hogy a terapeuta mintegy átalakítja, vagy akár csak módosítja is a kliens, a hozzá forduló személyiségét. A változásnak magának kell bekövetkeznie, a segítő beszélgetések, a terapeuta ún. katalizátor szerepe által. A pszichológus csak kísérő, asszisztáló, bábáskodó. Bábáskodik a „születéshez”, a változáshoz, a személyiség kibontakozásához. Ártó hatás akkor következhet be, ha meg akarjuk változtatni a hozzánk fordulót, mintegy a saját elképzelésünkhöz akarjuk formálni. Ahogy Jung írja: „vakmerőség és elbizakodottság, egyfajta infláció jele” – melyhez hozzátenném, hogy ilyen inflációra korunk embere nagyon hajlamos – „ha azt képzelettel a terapeuta, hogy meg tudja mondani a páciensének, hogy mi a jó és mi a rossz a számára ... meg kell élnie a rosszat, hogy meg tudja valósítani a jót”. Maga a tünet, a kliens fájdalma egy fontos jelzés, ez az ami változtatásra sarkall, ez az ami orvoshoz vagy pszichológushoz vezérli.

Kívánatos, hogy a pszichológust az alá-főle rendelt helyzettel való visszaélés helyett az alázat és a tisztelet jellemezze a hozzá forduló, bajba jutott embertársával szemben. A pszichológus, pszichoterapeuta előítélet és megítélés nélküli, nem vizsgálóbíró, nem ítélkező, nem nyomozó. Az ítélet Isten dolga. Jézus tanításai között olvashatjuk: „ne ítélj, hogy ne ítéltes!” Ez a pszichoterápiás helyzetre fokozottabban érvényes. Az ellenőrzés helyett a figyelemmel kísérés, az óvó, tartó, védő légkör, amelyben a páciens személyisége megnyílhat. Nem szabad megfélemlíteni arról, hogy ember áll emberrel szemben, s a terapeuta bármennyire is ismerője a pszichológiai törvényszerűségeknek,

ahogy Jung írja, koránt sincs abban a helyzetben, hogy a vele szemben álló személyiség helyzetét megítélhesse.

### **Pszichoterápiás elméletek, korunk pszichoterápiáját meghatározó iskolák**

A különböző pszichoterápiák az empirikusan nyert ismeretek alapján különböző magyarázatokat adnak a lelki betegségek keletkezésére vonatkozóan. Különböző személyiségelméleteket hoztak létre, s különböző racionális technikákat fejlesztettek ki a pszichoterápiában.

A világmindenség egészének megismerhetetlenségével analóg állíthatjuk, hogy a személyiség a maga teljességében megismerhetetlen. Ezért van létjogosultságuk a különböző személyiségelméleteknek, amelyek egy-egy aspektusból próbálják megközelíteni a személyiség sokszínűségét, mint ahogy a fényképész megragad és előhív egy-egy jellemző vonást a valóság egészéből.

A pszichoterápia sokféle irányzatai között a következő nagyobb iskolákat lehetne elkülöníteni, bár alapos tanulmányozás során találhatók közös pontok és átfedések az irányzatok között. Az egyik irányzat a biológiai determináció talaján álló iskolák, melyek legnevesebbjei: *Freud, Adler, Szondi, Hermann, Ferenczi*.

Magával *Freud* nevével veszi kezdetét a pszichoterápia, mint gyógyító eljárás. *Freud* legnagyobb érdemének tartom, hogy orvosként magát a beszélgetést, a „beszélgetésnek”, az interakciónak gyógyító hatását felfedezte és alkalmazta. Elméletében az ösztönök elfojtása okozza a zavart a személyiségben és a viselkedésben. A tudattalan világát – amelynek pszichológiai kategóriájává avatása szintén az ő nevéhez fűződik –, szerinte animális ösztönök lakják, így a tudattalantól származik minden, ami veszélyeztetheti a lelki egyensúlyt. A freudi libidó a szexualitásra, mint örömelvre korlátozódik, ami egyben az élet hajtóereje is.

*Adler* nem választja el élesen a személyiségen belüli tudatos és tudattalan részt. Velünk született kisebbségi, fogyatékosági érzésről beszél, melyet szerinte génjeinkben öröklünk. Ezt a kisebbségi érzést kétféle képpen kompenzálhatjuk: a közösségi érzéssel, vagy önérvényesítés, hatalomvágy formájában. Míg *Freud* a tünet okát keresi, *Adler* szerint célja van a tünetnek. *Koronkai Bertalan* pszichiáter-pszichoterapeuta szerint „a cél és ok összefonódik, az ember annyira célra irányult, amennyire okilag determinált.” *Adlernél* már szerepel az ember teljességre, tökéletességre való törekvésének vágya is. Annyiban szakad el a biológiai determinizmustól, hogy az embert a személyiséget fejlődésre képesnek tartja.

*Szondi* a családi tudattalan fogalmával gazdagította a személyiségről való ismereteinket. Sorstanának lényege, hogy nem vagyunk kiszolgáltatva az örökség kényszerének, hanem a családi tudattalan megismerése által az én választhatja sorslehetőségeit.

*Jung és a humanisztikusok (Rogers, Gróf, Maslow, Ayres, Frostig, Affolter, stb.)* ember és lélekképe elszakad a biológiai determinizmustól, az embert specifikus humán lénynek tekintik. *Jungnál* a libidó életerőt, lelkierőt, energiát jelent. Számára a tudattalan nem csupán természeti és rossz, hanem „emberfölötti, szellemi és isteni is”. Pszichoterápiás tapasztalatai juttaták annak a felismeréséhez és meglátásához, hogy a tudattalan: „Isten bölcsessége és a szentlélek adománya.” A lélekről így vall: „lélek lakja az élőlényt, a lélek az ami eleven az emberben, ami magától él és oka az életnek”. *Kliensei* problémáihoz empirikusan, nem pedig teoretikusan viszonyult. Így pszicho-

terápiás gyakorlatában ő is az analitikusokat követte: a páciens konfliktusának hátterében levő tudattalan motívumokat igyekezett feltárni. Sokat foglalkozott a lelkiismerettel, a bűnnel, a jó és rossz fogalmával és élményvilágával. Szerinte a bűn az árnyékunk, a bennünk lévő tökéletlenség. A lelkiismeret, különösképpen ha nyugtalanít, Jung szerint az Ég ajándéka lehet, de csak akkor, ha magasabb fokú önkritikát fejleszt ki bennünk.

Az ember örök kísértésnek van kitéve, amely egyben fejlődésünk hajtóereje is. A jó és a rossz elválasztása akaratlanul is végigkíséri életünket, a lelki zavarok és válságok idején a terapeuta csak annyiban segíthet, hogy csak asszisztál a páciensnek, egy olyan szeretetteljes légkört nyújtva, ami teret ad a bajba jutott embernek a megvilágosodáshoz.

Jung terápiájának egyik lényeges eleme, hogy a személyiségfejlődést egy életen át tartó folyamatnak tekinti, amelyet individuációs processzusnak nevez. Ezt sokan össze szokták téveszteni az individuálissal. A személyiségfejlődés és az önismeret lényege Jungnál a projekciók visszavonása, azaz a bennünk lévő szorongásoknak, félelmeknek, indulatoknak, vágyaknak, érzelmeknek – amelyeket környezetünkre vetítünk – a visszavonása, azaz introjekciója önmagunkba: Így leszünk képesek ezeket megismerni és bánni velük. Ha ezeket az érzéseket visszavonjuk, juthatunk el a világ valódi arcának megismeréséhez és a teljességhez. Ahogy Szent Pál sokat idézett Szeretethimnuszában olvashatjuk: „Mert most tükör által homályosan látunk, akkor pedig színről színre! Most rész szerint van bennem az ismeret, akkor pedig úgy ismerek majd, amint én is megismertettem.”

*A transzcendenciához való viszonyal foglalkozó terapeuták*, (Jung, Viktor Frankl, Assagioli, Erich Fromm) a bennünk élő Isten-képről és szellemi tudattalanról beszélnek, amelynek megtapasztalása az egészséghez vezető út is egyben.

A rövid felsorolásszerű ismertetésekből kitűnik, hogy *mindegyik nagy pszichoterápiás irányzat valaminek a hiányára utal*, valamilyen hiányra, valaminek a keresésére itányul. *A biológiai orientációjú irányzatok szerint az ösztönéletünkben hiányzik valami*, valamelyik ösztönünk kielégítetlenségétől szenvedünk. *A humanista irányzatok a szeretet, a felelősség, a lelkiismeret, a büntudat, hiányára hívják fel a figyelmet. A transzcendens irányzatok a vallás, az istenkép, valamint a szellemi énk hiányáról beszélnek. A behaviouristák a viselkedésünkben, magatartásunkban fellelhető hiányban jelölik meg lelki szenvedéseink okait.*

Ezek a legkülönbözőbb hiányok akkor hozhatnak létre tüneteket, akkor megbetegítőek, ha nem ismerjük fel őket. Csak a megismerés és felismerés által tudjuk kezelni hiányainkat; ebben segíthetnek a pszichoterápiák.

A soha meg nem szüntethető hiányérzeteink mögött ott találjuk a vágyat a teljesség, a mindenség, valamifajta egység iránt. Egy olyan vágyat, ami elérhetetlen, s csak pótszerekkel helyettesíthető. Az ember, az emberiség teljesség utáni vágyával, mint ősképpel – jungi terminológiával fogalmazva: archetípussal – analógnak tekinthetjük néhány pszichoanalitikus szerző azon hipotézisét (gondolok itt elsősorban Ferenczi Sándorra), akik már a méhen belül feltételeznek egy mindenhatósági érzést, majd megszületés után egy vágyat, ezen mindenhatósági és teljességélmény után. Wyss és Lacan magát a kommunikációt is, ill. a kommunikációról való készletet is az emberben

lévő, alapvető, meg nem szüntethető hiány következményének tartják. A hiányérzetből adódó állandó hajtottsággal szemben a kielégülés vagy kompenzáció mindig töredékes. Ebből az alapvető hiányérzetre ítéltességünkől adódik az, hogy állandóan megkérdőjeleződnek azok a rendek, amelyek tájékozódásul szolgálnak, s amelyekben berendezkedtünk.

A legkülönbözőbb pszichoterápiás irányzatok egy-két kivételtől eltekintve, felismerték világra-vetettségünk nagy lehetőségét és kihívását, emberi nemünk és személyiségünk fejlődési lehetőségét. Fejlődési lehetőségünk elvileg végtelen, ezért olyan, mint a Gauss-görbe, amely az egyenest minden határon túl megközelíti, de soha el nem éri. Talán úgy csökkenthetjük legjobban hiányérzetünket, ha elfogadjuk azt, hogy az ember csak része lehet az egésznek. „Az ember az által, hogy rész, nem ragadhatja meg az egészet” – írja Jung.

A *pszichoterápia pasztorálpszichológiai irányzatának* egyik jelentős képviselője, H. Boulad szintén kiemeli az emberben munkáló hiányérzetet: „Teremtett lénynek lenni annyi, mint határolnak lenni. Határoltágunk tökéletlenség, hiánynak érezzük, szenvedünk tőle.” Ezt a hiányt a legkülönfélébb dolgokkal pótolhatjuk, kompenzálhatjuk. „A rosszat, a szenvedést ontológiáinak nevezhetnénk”, írja Boulad, „éppen azért, mert 'csak teremtmények' vagyunk. Így a szenvedés belefűzött fonál az evolutív világszövetbe, amelynek közepén élünk”.

A mai világszemlélet, s így a pszichoterápiák célja is, általában a szenvedéstől való teljes megszabadulás, az örök mosoly, a jól vagyok, „oké” vagyok hozzáállás az élethez. Ez a hozzáállás nem a fejlődést hozza magával, ez bizarr és fejlődésellenes.

Jung az ember alapvető hiányérzetét – akárcsak a mai pasztorálpszichológusok – a szeretet oldaláról közelíti meg. „Hiszen mi magunk is – írja – a legmélyebb értelemben a kozmogén szeretet/szerelem áldozatai vagyunk.” Majd tovább bontja a szeretet fogalmát: „Minden lehetséges néven nevezhetjük a szeretetet, de így is csak végeláthatatlan öncsalások áldozata lesz. Ha egy csepp bölcsességgel bír az emberiség, akkor leteszi a fegyvert, és *ignotum per ignotius*, az ismeretlent az ismeretlennel fogja megnevezni, vagyis Isten nevével”.

Szükségletek, hiányok, fájdalmak, szenvedések, teljesség, tökéletesség utáni vágy, ami fejlődésre is hajt egyben – hol is találkozhatnak ezek a fogalmak? Talán a szeretet az a különleges dimenzió, amelynek burkában időnként, pillanatokra megéllhetjük a teljesség élményét, találkozással ebben a dimenzióban Istennel és embertársainkkal.

Elszenvedni és elfogadni a tökéletlenséget, hiányainkat, közben törekedni a fejlődésre, megőrizve a teljesség és Isten utáni vágyunkat.

### **Hogyan segíthet ebben a pszichoterápia?**

Csak az elfogadó szeretet légkörében tud kibontakozni a segítséget kérő ember. Ez a szeretet nélküli terápiás légkör, ahogy Erich Fromm megfogalmazza, az anyai szeretethez hasonló. Ebben az önzetlen szeretetben és ráfigyelésben bontakozik és fejlődik a legoptimálisabban a kisgyermek, s a fejlődésében megrekedt vagy téves útra tért, lelkiileg beteg ember is. Ezt a légkört kell megteremtetni a pszichoterápiában, eljutva odáig, hogy „ne legyen semmi idegen tőlem, ami emberi”. Ez egyben a transzcendenciahoz vezető út is, hiszen a transzcendencia lényege, hogy kilépünk önmagunkból, partikularitásunkból.

Az én fokozatosan emelkedik ki a végtelen egységből, ami egyszerre ismerős és ismeretlen. Az őstudati-öntudatlan állapotból én-tudattá, öntudattá, majd személyiséggé formálódik. Így az őstudatból öntudat, én-tudat, majd ösvaló-önvaló, végül transzcendens tudat lesz. Az őstudati-öntudatlan állapotból létrejön a hármas tagozódás: az éntudat, ill. az öntudat; a transzcendens tudat és az önvaló-őstudat. Emelkedések és lesüllyedések végtelen dinamizmusa, olyan erőterek a személyiségen belül, mint a világegyetemben. Az erőterek nemcsak az énünkön és öntudatunkon keresztül át folynak, hanem körkörös áramlásúak a kollektív tudattalamból a kollektív tudatba kerülhetnek és fordítva. Vannak olyan élmények és ismeretek, amelyek érintik a tudatot, vannak, amelyek a kollektív tudatból kerülnek a tudattalamba. (Ld. az ábrát!)

Jól érzékeltetik ezt a folyamatot például a művészi alkotások. A művészek tudattalan szellemi energiái, tudat fölé emelkedve, alkotásokat hoznak létre, alkotásokban nyilvánulnak meg. Ezek a már megfogható alkotásokon keresztül kerülnek be, mintegy hatalmas félkörívét írva a tudattalan tartalmait a tudatba. Szép, szimbolikus példa lehet erre az eső, amely a földi vizekből felszállt párából hull alá. Tudatunk és élményvilágunk már csak a magasból lezuhló eső-formát érzékeli.

*A fentiekből is következően tehát a külvilág élménytartományának legnagyobb része tudattalan élményvilágunknak, az ún. kollektív tudattalannak a kollektív tudatba vetülő alakzata. A külvilágban megjelenő alakzatai a tudattalannak, nem mások, mint elődeink és embertársaink tudattalanjából megszületett és a kollektív tudatba került alkotások. (Ilyen például a környezetünket betöltő tárgyak világa.) Ezek találkozással a tudatunkkal, rezonátorként hathatnak a tudattalant. Itt tetten érhető az a körforgás, ami arra utal, hogy a kint és a bent lényegileg ugyanaz. Így a tudatos és a tudattalan tartomány fogalma viszonylagossá válik.*

Megszületésünk az őstudat, amely egy volt az egyetemes világtudattal, fokozatosan leszáll a tudattalamba a személyiségfejlődésünk során. Fontos, hogy ez az őstudat (ami a későbbiekben selffé vagy önvalóvá alakul) a személyiség- és éntudatunk folyamán át hozzáférhető és „elérhető” legyen a tudatos én számára, mivel ez az őstudat, amely a végtelen kollektív tudattalannak egy kis része, képezi egyben azt a közösségi tudattalant, amellyel való kapcsolatunk segítségével tudjuk a másokban nem csak a másságot, hanem önmagunkat is látni.

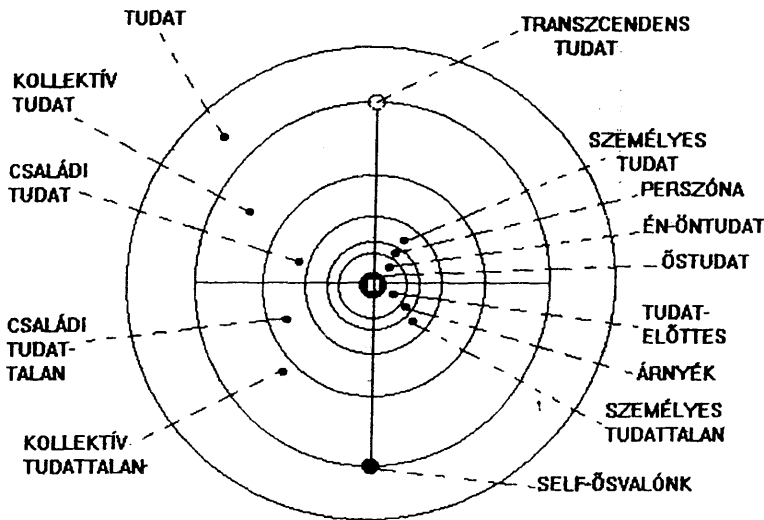
Személyiségfejlődésünk az egység-élmény, a transzcendencia élménye és a partikularitás váltakozó vonulatán át halad. A világmindenséggel való egységünk megélése az anyaméhben, majd megszületésünk után ezzel párhuzamosan, ill. analóg a külvilággal való egység élménye, majd szerencsés esetben az anyával kialakuló szimbiotikus kapcsolat, mint első szeparáció útján halad lelki fejlődésünk.

Később az én megéléseinek katartikus élményén, az individualizáció útján át eljutva az individuációhoz, majd ismét a transzcendenssel, egy már magasabb élményi szinten ismét az egyetemessé, „Istennel való egyesülés” útján jutunk el, juthatunk el a halhatatlanság megsejtéséig.

Így válik lehetségessé, hogy a halhatatlanság élményét, Isten megsejtését, az egyetemesség érzését és az ehhez társuló etikai értékeket egy másik ember közvetítse számunkra a szeretet fonálán.

A humán értékek: a jóra való törekvés, a jó keresése, a harmónia, a teljesség utáni vágy, ezért élhet ott személyiségünk mélyén, mélymagunkban, mint ahogy itt lakoznak árnyékaink is. Ezért lényeges a terapeuta számára, hogy felismerje a hit hatóerejét. „Hinni a másik emberben annyi, – írja Henri Boulad – mint felszínre hozni azt, amiről hiszem, hogy ott szunnyad benne. Mikor igazán hiszek az emberben, teremtő aktust hajtok végre és közben bennem magamban is történik egy átváltozás”. A fentiekben leírt hithez vezető út a pszichoterápiában tapasztalataim és meglátásom alapján a szeretet: „aki ide elérkezik, az igazi lelki életet él, mert az ember itt forráshoz érkezik.”

„Aki ebből a vízből iszik, az megint szomjas lesz.  
Aki azonban abból a vízből iszik, amelyet én adok neki,  
nem szomjazik meg örökre.” (Ján. 4, 13-14.)



## IRODALOM

- BOULAD P. H. (1994): Az önátadás fényében. Ecclesia. Bp.
- BÖHME J. (1997): Szent sóvárgás. Farkas Lőrinc Imre Könyvkiadó. Bp.
- BUDA B. (1993): A pszichoterápia alapkérdései. Kapcsolat és kommunikáció a pszichoterápiában. Bp.
- FERENCZI (1982): Lelki problémák a pszichoanalízis tükrében. Válogatás Ferenczi Sándor tanulmányai-ból. Magvető Kiadó. Bp.
- FREUD S. (1991): A halálösztön és az életösztönök. Múzsák Közművelődési Kiadó. Bp.
- GÖPPERT H. (1964): Zwang und Zwangsneurose. Zeitschrift für Psychotherapie und Medizinische Psychologie. 14: 87-95.
- JUNG C. G. (1993): Az ember és szimbólumai. Göncöl Kiadó. Bp.
- JUNG C. G. (1993): Mélységeink ösvényein. Analitikus pszichológiai tanulmányok. Gondolat Kiadó. Bp.
- JUNG C. G. (1996): Álom és lelkiismeret. Európa Könyvkiadó. Bp.
- JUNG C. G. (1997): A szellem szimbolikája. Két tanulmány. Európa Könyvkiadó. Bp.
- JUNG C. G. (1997): Emlékek, álmok, gondolatok. Európa Könyvkiadó. Bp.
- JUNG C. G. (1998): Lélekgyógyászat. Öt előadás. Európa Könyvkiadó. Bp.



KORONKAI B. (1996): A viselkedés élménydinamikája I-III. Pszichoterápia. Propedeutika 1. Vikote Könyvek. Bp.

WYSS D. (1954): Zwangerscheinungen bei organisch Erkrankten. Psyche. 8: 468-480.

SULLOWAY F. J. (1987): Freud, a lélek biológusa. Túl a pszichoanalitikus legendán. Gondolat. Bp.

